



NEWS

10月29日は世界脳卒中デー

～脳卒中から命と健康を守るために～

理事長・院長 大西 宏之

毎年10月29日は「世界脳卒中デー(World Stroke Day)」です。この日は、世界脳卒中機構(WSO)が定めた国際的な啓発デーで、脳卒中の予防・早期発見・治療の大切さを広めることを目的としています。脳卒中は、ある日突然起こる命に関わる病気です。しかし、正しい知識と予防意識があれば、そのリスクを大きく下げることができます。

脳卒中とは、脳の血管が詰まったり(脳梗塞)、破れたり(脳出血・くも膜下出血)することで、脳の機能が損なわれる病気です。症状はさまざまで、顔のゆがみ、手足のまひ、言葉が出ない、意識がもうろうとするなどが見られます。脳は一度損傷すると元に戻りにくいため、後遺症が残るケースも少なくありません。

そのため、何より重要なのは「早期発見・早期治療」です。脳卒中の症状を素早く見分けるために、世界中で使われている合言葉があります。それが「FAST」です。

- ・F (Face) : 顔の片側が下がっていないか?
- ・A (Arms) : 両腕を同時に上げたとき、片方が下がらないか?
- ・S (Speech) : 言葉がうまく話せない、ろれつが回らないか?
- ・T (Time) : これらの症状が出たらすぐに救急車を!

この「FAST」の知識があれば、いざという時に素早く行動することができます。脳卒中は一分一秒が勝負。発症から治療までの時間が短ければ、後遺症のリスクを減らすことができます。

また、日頃の生活習慣の見直しも、脳卒中予防には欠かせません。最大の危険因子は高血圧で、他にも糖尿病、脂質異常症、不整脈(心房細動)、喫

煙、過度な飲酒、運動不足、ストレスなどが深く関係しています。特に高血圧は「サイレントキラー」と呼ばれ、自覚症状がないまま進行するため、定期的な血圧チェックが非常に重要です。

日本は高齢化が進んでおり、脳卒中は要介護の主な原因の一つにもなっています。しかし、正しい知識と予防策、そして周囲の支えがあれば、発症リスクを下げることも、発症後の生活を支えることも可能です。

世界脳卒中デーを機に、自分や家族の健康を見直してみませんか?

誰もが「明日は我が身」になりうるからこそ、今日の一歩が、未来の命を守る力になります。

当院はこの活動に賛同し、この日に合わせてシンボルカラーであるインディゴブルーにライトアップしています。



写真: (左) インディゴブルーにライトアップ
(右) 同日の明石海峡大橋

「その人らしい生活」を再び送れるように

総合リハビリテーション科 作業療法士 竹内 鈴奈

作業療法とは、「人々の健康と幸福を促進するために、医療、保健、福祉、教育、職業などの領域で行われる、作業に焦点を当てた治療、指導、援助である。作業とは、対象となる人々にとって目的や価値を持つ生活行為を指す。」と日本作業療法士協会より定義されています。作業療法では、食事・着替え・掃除・趣味・遊び・仕事などの暮らしの中にある行動(=作業)を使って、心と体の力を取り戻し、健康と幸せを支えるためのサポートです。作業というと「単純な動作」だけのように思えるかもしれませんが、そこには「本人にとって意味や価値がある行動」が含まれます。



たとえば、「大好きな料理がまたできるようになりたい」「家族と散歩に出かけたい」という気持ちも、作業の一つです。作業療法士は、そうした「大切な生活の一片」を取り戻したいという思いを、一緒に考え、支え、環境を整えることをしています。作業療法は、体の動きを取り戻すだけでなく、「その人らしい生活」を再び送れるようにする治療、訓練です。患者さんが何を大切に思っているのか、どんな生活を取り戻したいのかを一緒に考えながら、医療スタッフ全員で支えていきます。もし、日常生活の中で困っていることや不安なことがあれば、患者さんご本人だけでなく、ご家族の方からの相談もいつでもお待ちしております。

私たちは一緒に悩み、一緒に考え、生活を取り戻すお手伝いをしていきます。

医局秘書の業務について

秘書課・主任 阿部 美和子

秘書課部門の一つとして、医局部門があります。医局秘書は医師が本来果たすべき業務に専念できるようにスケジュール管理、書類作成、事務手続きなどを医師に代わって行います。

現在、会長、理事長・院長、医局秘書業務を2名で行っております。『医局』といいましてもなかなか想像が付かないかと思いますが、医局には医師個人のデスクがあり、先生方は病棟や外来では行わない論文に関する作成や、患者さんの治療方針について意見を交わす事もあります。また、食事の合間に先生同士のコミュニケーションを図るプライベートな場所でもあります。

24時間救急体制に対応している脳神経外科専門病院において、高度な医療を目の当たりにする日々です。医局秘書として果たすべき役割を考え、常に笑顔と感謝の気持ちを忘れず、丁寧な対応を心がけて参ります。また、医師に少しでも『医局』でくつろいで頂ける雰囲気づくりと、各部署との橋渡しとしてお役に立てるように尽力していきたいと思ひます。

また、医局秘書として医師が働きやすい環境を作るという役割を果たすことで、医師が本来の業務に集中し患者さんへより質の高い医療を提供することに貢献したいと思ひます。





二十四節気と七十二候のお話

ガーデンQoo
秋吉 美穂子

10月(神無月)

かなづき

実りの秋、秋晴れの空が広がります。各地の神様は、皆出雲大社へ。土地の留守を守るのはあの「恵比須さま」が担います。

秋分
しゅうぶん
十六節気

10/3～7(四十八候) 水始涸／みずはじめてかれる

つややかな新米、今年はしみじみと味わう実りの秋ですね。昔から米作りは「八十八」もの工程が必要とされ、「米」という字の由来にも。稲刈りの前に、田の水を流し準備する「落し水」＝「水始涸」。黄金の稲穂が目に見えます。

寒露
かんろ
十七節気

10/8～12(四十九候) 鴻雁来／こうがんきたる

冬鳥たち、鴨や雁が渡ってくる頃。秋の山ではクヌギ、ナラなどブナ科の果実＝どんぐりが♪どんぐりは「堅果(けんか)」と呼ばれ、鳥や山の動物達の大切な食料です。熊出没のニュースには心が痛みます。里山では材木になる針葉樹が多く植林され、落葉が森の栄養になる落葉樹が減ってきています。近年、どんぐりを植樹する活動が広がっています。



「秋の日はつるべ落とし」を実感します。ゆつくりと読書も楽しめます。

10/13～17(五十候) 菊花開／きくのはなひらく

菊は、花びらに見える一枚一枚がひとつの花。その花を浮かべた菊酒は長寿の酒といわれます。天照大神をまつ伊勢神宮。年間1500回ものお祭りをとり行ない、その中でも最も重要で大切に受け継がれてきたのが10月15日の神嘗祭です。今年始めて収穫された稲穂＝初穂をお供えします。



10/18～22(五十一候) 蟋蟀在戸／きりぎりすとにあり

風情ある姿ホトトギス、鳥のホトトギスに似た斑点のあるユリ科の多年草です。江戸時代、茶席でよく用いられ、古くから日本で愛されました。花言葉は「秘めた思い」。別名「油天草(ユテンソウ)」。

霜降
そうこう
十八節気

10/23～27(五十二候) 霜始降／しもはじめてふる

昔の人は、霜が雨や雪のように、空から降るものと、考えていたそうです。味覚の秋は食欲の秋♪つい食べすぎてしまいがち…。昔から「腹八分目に医者要らず」と言われ、英語にも「Light suppers make long life(軽めの夕食は長寿の源)」の言葉も。

そろそろ冬物の準備。お天気の良い日に虫干しを♪

10/28～11/1(五十三候) 雩時施／こさめときどきふる

晩秋に「時雨(しぐれ)」と呼ばれる小雨がパラパラと降ります。10月31日は「ハロウィーン」。日本では、一昔前程のブームは落ち着きましたが、街頭のかぼちゃのディスプレイや、美味しいスイーツなど楽しい季節の風景です。



「上生菓子」

秋、新あずきが店頭に並び、温かいお茶といただく和菓子は、ホッと心があたたまります。和菓子にはみたらし団子、大福、どら焼き、水ようかん…日常的に楽しめる、スイーツがいっぱい♪その中でも季節の花鳥風月を、伝統的な技法で、美しく表現したのが「上生菓子」、「和菓子の芸術作品」とも。茶道と共に発展し、「菓銘」をつけられた、和菓子は季節、想いを表現します。練り切り、こなし、求肥、きんとん等を材料に、秋は桔梗、菊、お月見うさぎ、紅葉などその美しさに見とれてしまいます。



外来担当医表

〈血〉血管内治療 〈顔〉顔面の痛み・けいれん 〈FUS〉集束超音波治療

		月	火	水	木	金
1診 【予約制】	午前	高橋〈顔〉	大西(宏)	久我	茶谷	三好
	午後	高橋〈血〉	大西(宏)〈血〉	久我	茶谷	三好
2診 【予約制】	午前	前岡	岡本	角田	富士井	酒井
	午後	前岡	岡本	角田	吉村	脊椎・脊髄外来 山本
3診 5診	午前	担当医	担当医	担当医	3診 佐藤	担当医
	午後	担当医	担当医	担当医	3診 佐藤	担当医
6診 【予約制】	午前	—	—	—	吉村	担当医〈血〉／麻酔科 鈴木
	午後	脊椎・脊髄外来 山本	脊椎・脊髄外来 山本	脊椎・脊髄外来 山本	平林	—
7診 【予約制】	午前	脳神経内科 石田	—	脳神経内科 赤谷	てんかん 第4週 田村	脳神経内科 第1・3週 阿部 第2・4・5週 小坂田
	午後	脳神経内科 石田	—	—	てんかん 第4週 田村	脳神経内科 第1・3週 阿部 第2・4・5週 小坂田(FUS)

※診察受付時間：月～金 <午前>8:30～11:30 <午後>13:30～16:30

※毎週金曜日9:20～ 6診 麻酔科 鈴木

(2025.10)

※第1・3週金曜日9:30～12:30、13:30～16:30 7診 脳神経内科 阿部

連携協力医療機関のご紹介

No.277

夢愛 骨・関節スポーツクリニック

院長：織戸 弘行



【認定資格・所属学会】日本整形外科学会専門医、認定リウマチ医、認定スポーツ医、認定リハビリテーション医、日本リウマチ学会専門医、日本リハビリテーション医学会認定臨床医、日本体育協会公認スポーツドクター、日本リウマチ財団登録医、日本医師会認定産業医、健康スポーツ医、神戸国際大学リハビリテーション学部客員教授(運動器障害学担当)
日本整形外科学会、日本リウマチ学会、日本リハビリテーション医学会、日本人工関節学会、日本整形外科超音波学会、三木市医師会理事(健康スポーツ医学・運動器検診担当)

【診療科目】整形外科・リウマチ科・リハビリテーション科

【住 所】三木市志染町西自由が丘1丁目325クレストヒルズ1F

【電 話】0794-84-3739

診療時間	月	火	水	木	金	土	日	祝
9:00～12:00	○	○	○	○	○	○	／	／
13:00～16:00	▲	▲	▲	▲	▲	▲	／	／
16:00～19:00	○	○	▲	○	○	／	／	／

休診日：水曜・土曜午後、日曜、祝日

▲＝リハビリ・検診予約のみ

【乳幼児股関節外来・小児整形外科】木曜／10:00～12:00

【スポーツ外来】火曜／17:00～19:00

上記時間帯は専門外来の患者さまを優先させていただきます。

織戸院長からのメッセージ

膝・肩・股関節等、関節専門クリニックとして2006年より志染駅前の地で開院しております。特に股関節は、他の医療機関からの紹介も多く、乳児から成人まで専門診療をしております。更に、小児整形外科・スポーツ整形外科に対し、理学療法士・作業療法士によるリハビリテーション及び骨粗鬆症治療に特化した整形外科です。最近では関節に対する新しい再生医療も施行しております。お気軽にご相談いただければと存じます。



No.278

いまい こどもクリニック

院長：今井 恵介



【認定資格・所属学会】日本小児科学会専門医、日本小児アレルギー学会、明石市医師会理事

【診療科目】小児科・アレルギー科

【住 所】明石市大久保町大窪1514-3-101

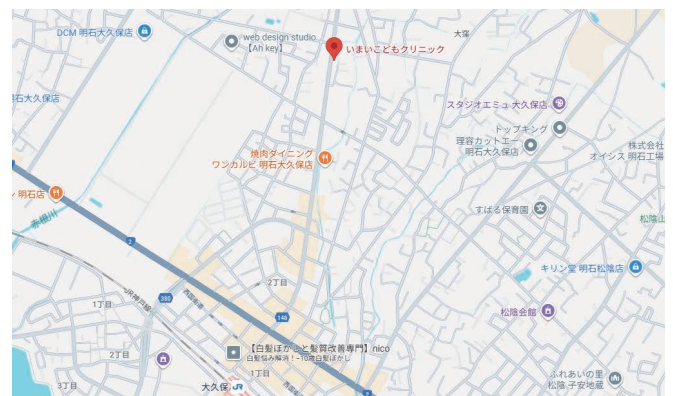
【電 話】078-934-6667

診療時間	月	火	水	木	金	土	日	祝
9:00～12:00	○	○	○	○	○	○	／	／
14:00～15:30	／	★	★	／	★	／	／	／
15:30～18:30	○	○	○	／	○	／	／	／

休診日：木曜・土曜午後、日曜、祝日

★：予防接種・乳児検診(WEB予約制)

基本的に週2回行っております。週によって曜日が異なりますので、事前にWEBにて御予約をお願いします。



今井院長からのメッセージ

平成20年より大久保の地で小児医療に携わっております。また、健診や予防接種にも対応しております。よろしくお祈り致します。



公式LINE

〒674-0064 兵庫県明石市大久保町江井島1661-1

TEL:078-938-1238 / FAX:078-938-1236 mail info@onc.akashi.hyogo.jp <https://www.onc.akashi.hyogo.jp/>

地域医療連携室 TEL:078-938-1288 / FAX:078-938-0399

発行・編集責任者：理事長・院長 大西 宏之



ホームページ